

Inhalt

Aufgeklärt ist Sex erst richtig schön	11
Warum überhaupt Sex?	15
Gefühle in der Pubertät	17
Pubertät bei Jungen	19
Pubertät bei Mädchen	20
Mädchen beim Frauenarzt/bei der Frauenärztin	21
Ab wann kann ein Mädchen schwanger werden?	
Ab wann ist ein Junge zeugungsfähig?	23
Der männliche Geschlechtsapparat	25
Der Penis	25
Penisgröße	26
Die Eichel	30
Phimose/Vorhautverengung	31
Beschneidung / Circumcision	32
Der Hodensack	32
Die Hoden	33
Die Prostata	34
Der weibliche Geschlechtsapparat	37
Die Vulva	37
Die Klitoris	38
Das Hymen	39
Die Vagina	39
Der Damm	41

Was passiert beim Sex?	43
Die Erektion	43
Die Ejakulation	43
Sexuelle Erregung bei Frauen	44
 Masturbation	45
Masturbation und Verbote	45
Freude an sich selbst	46
 Verhütung	49
Kondome richtig gebrauchen	50
Menstruationskalender	50
Körpertemperaturmethode	51
Antibabypille	52
Vaginalring	52
Diaphragma	53
Coitus interruptus	53
 Starke Gefühle	55
Küssen	55
Der leidenschaftliche Kuss	57
Küssen und Zärtlichkeit	58
Flirten	58
Verliebtheit	59
Das erste Mal	62
 ... und viele andere Male: Sexstellungen	65
Vorspiel	65
Missionarsstellung	66
Reiterstellung	66
Hündchenstellung	66
Löffelchenstellung	67

Französisch	67
Analverkehr	68
Sexuelle Abweichungen	70
Orgasmus	73
Wie lange dauert es bis zum Orgasmus?	73
Was passiert beim Orgasmus?	73
Warum kommen Frauen und Männer nicht synchron?	76
Das Zu-früh-Kommen/Ejaculatio praecox	77
Übungen gegen das Zu-früh-Kommen	79
Von Liebe und Eifersucht	83
Eifersucht	84
Liebeskummer	85
Zu tun nach Trennung	86
Einsamkeit	88
Formen von Sexualität	91
Heterosexualität	91
Homosexualität	91
Bisexualität	94
Weiblich und männlich – so einfach ist das nicht	97
XX und XY	97
Transgender/Transsexualität	98
Transvestitismus/Travestie	100
Pseudohermaphroditen oder Intersexuelle	101
Die schwierige Beziehung zwischen Frauen und Männern	107
An alter Beziehung festhalten/Ehe	107

Männer und Frauen haben wenig Ahnung voneinander	108
Männer reden untereinander kaum über Sex	109
Pornografie	111
Das Geschäft mit dem Sex	111
Die dunkle Seite der Pornografie	113
Sexuelle Beleidigungen	114
Keine Lust	115
Vorübergehende Unlust	115
Dauerhafte Asexualität	116
Missbrauch/Vergewaltigung	119
Kontakte im Internet	122
Gesetze	123
Ab wann ist es erlaubt?	123
Kindesmisshandlung	123
Sexunfälle	125
Riss des Vorhautbändchens	125
Penisbruch	126
Andere Unfälle	127
Erektionsschwierigkeiten	129
Männer müssen nicht immer können	129
Je länger die Beziehung dauert, desto weniger	130
Potenzpillen sind keine Lustmacher	131

Sexuell übertragbare Krankheiten und Geschlechtskrankheiten	133
Syphilis, harter Schanker	134
Tripper, Gonorrhö	135
Hepatitis, Leberentzündung	136
Genitalherpes, Herpes genitalis	137
Weicher Schanker, Ulcus molle	138
Kondylome, Feigwarzen	139
Trichomonaden-Infektion	140
Chlamydien-Infektion	140
Mykoplasmen-Infektion	141
Candida-Infektion, Soor	142
Krätze	142
Filzläuse	143
Bakterielle Vaginose, Vaginitis	143
Granuloma inguinale, Donavanosis	144
HIV/Aids	144
 Frauenkrankheiten	 149
Krebsvorsorge	149
Brustentzündung	151
Myome	152
Endometriose	152
 Männerkrankheiten	 155
Auffälligkeiten am Hodensack	155
Hodenentzündung (Orchitis)	156
Hämorriden	159
Allerlei Wissenswertes und Überflüssiges	161
Empfehlenswerte Internetseiten	167
Beratungsstellen	169